

Soupe de potiron au curry



🍴 1 portions · ⌚ prep. 5m · 🕒 cuisson 5m

Soupe déshydratée au potiron et lait de coco, parfumée au curry.

Prête en 5 minutes, méthode casserole ou sac de congélation.

Asie / Inde

INGRÉDIENTS

- poudre de potiron **250 ml**
au curry
- lait de coco en **3 càs**
poudre
- graines de courge **1 càc**
- eau **250 ml**
- sel
- poivre

PRÉPARATION

— Préparation à la maison —

1. Mélanger la *poudre de potiron au curry*, le *lait de coco en poudre* dans un sac hermétique. Conditionner les *graines de courge* séparément.

— Utilisation sur le trail —

2. Verser le mélange dans une *casserole*. Ajouter *eau* et porter à ébullition en remuant. Assaisonner avec *sel* et *poivre*. Garnir de graines de courge au moment de servir.

Méthode sac de congélation : verser 25 cl d'eau bouillante dans le sac, bien remuer, sceller et laisser reposer 5 minutes dans un cosy. Garnir de graines de courge.

dehydrated